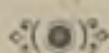
Rok VI. Wychodzi w Berlinie w połowie każdego miesiąca. 1900

Przewodnik Zdrowia

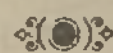
Pismo poświęcone pielęgnowaniu zdrowia i sposobowi życia według praw i wskazówek przyrody.

Do współpracownictwa zaprasza się każdego, kto na podstawie doświadczeń lub nauki pragnie służyć ludziom w sprawach ich zdrowia. **Rękopisów** drobnych nie zwraca się.





Szlachetne zdrowie, nikt się nie dowie jako smakujesz, aż się zepsujesz! —



Przedpłata roczna wynosi z przesyłką w państwie niemieckiem 2,50 M. — w austro-węgierskiem 3 korony — w rosyjskiem 1 rub. 50 kop. — w innych krajach europejskich i Ameryce 2.70 M. W Niemczech i Austro-Węgrzech przyjmują przedpłatę półroczną (1.25 M. = 1 kor. 50 hal.) wszystkie urzędy pocztowe; zapisany p. nr. t. 115. Numer osobny 25 fen. Prawdziwie ubodzy odbierać mogą pismo za nadesłaniem rocz. 50 f. (60hal.) w znaczk. poczt. na opłatę przesyłki.

Nr. 5. | Wydawca i redaktor odp.: A. Czarnowski, Berlin, Karlstr. 32. | **Maj.**

Ruch krwi
i odżywienie ustroju ludzkiego
wedle Dr. Jeżeka.

(Uczestnikom IX zjazdu lekarzy i przyrodników polskich.) [1]

Zwracaliśmy już Czytelnikom „Prz. Zdr." (r. 1897 str. 73 i 81) uwagę na prace pobratymca naszego, Dr. F. Jeżeka, który na podstawie długoletnich badań naukowych i doświadczeń doszedł do przekonania i wystąpił w r. 1892 z twierdzeniem, że dzisiejsza nauka fizjologii, opierająca się na teorji anglika Harveya o krążeniu krwi w ciele ludzkiem, nie wytrzymuje ścisłej krytyki, i że będąc fałszywą daje powód do fałszywych działań w lecznictwie. Prócz dzieł Dr. J.[2]) wyszły też o tej sprawie cenne prace Dr. med. F. Kruegera[3]). Ale świat naukowy prace te pominął milczeniem. Dziwić się temu, znając naturę ludzką, bardzo nie można — toż przyjmując zasady Jeżeka musieliby fizjologowie przyznać, że dotąd mylnie nauczali, a lecznictwo nowoczesne na niewłaściwe kierowali drogi. Ażeby rozszerzyć znajomość *doniosłych* prac i twierdzeń Dr. Jeżeka i pobudzić umysły samodzielne a wykształcone, czy to wśród niezawodowców, czy wśród lekarzy do zajęcia się tą bądź co bądź wysoce dla *ludzkości ważną sprawą*, ażeby doprowadzić albo do stwierdzenia i uznania nauki Jeżeka przez świat, albo do ścisłego, jasnego odparcia

---

[1]) Artykuł ten zamieszczamy szczególnie z powodu **9 zjazdu lekarzy i przyrodników polskich**, który to zjazd odbędzie się w Krakowie od 20go do 25 lipca rb. Sądząc, iż nadarza się tu najlepsza sposobność do głębszego zastanowienia się nad tak ważną kwestją, do zbadania jej lub przynajmniej do należytego omówienia. Spodziewamy się, iż uczeni nasi nie pominą tej sprawy milczeniem. Przyp. Red.

[2]) Umsturz der Harvey'schen Lehre vom Blutkreislauf und Erklaerung der natürlichen Blutbewegung — 2 M. Anregung zur Reform der Physiologie des Menschen. — 6 M.

[3]) Beitraege zum Umsturz der Lehre vom Blutkreislauf u. Erklaerung der wichtigsten Lebensvorgaenge ohne Blutkreislauf — 1 M.

jego teorji przez lekarzy i przyrodników, utworzyło się niedawno temu w Berlinie Towarzystwo im. F. Ježeka (Ježek-Verein für biologische Reform).

Towarzystwo rozrzuca obecnie pismo ulotne, w którem w sposób zwięzły przedstawione wyniki badań Ježeka i wyłaniające się stąd wnioski.

Ktokolwiek przeczyta uważnie to streszczenie, przyznać musi, że poglądy wyłuszczone uderzają genjalnością pomysłu wogóle, a w szczegółach *przemawiają* bardzo *przekonywająco* do rozsądku. Układ cały jest bardzo logiczny.

Uważamy tedy za konieczne zaznajomić Czytelników naszych z treścią wspomnianego pisma ulotnego. Niechże każdy czyta i bada rzecz, niech szczególnie *lekarze* nasi zajmą się zbadaniem nowej teorji naszego pobratymca, która zaiste na „zabicie" milczeniem nie zasługuje.

Dwa dogmata zasadnicze medycyny — czytamy w pomienionem piśmie — zbija w pierwszym rzędzie teorja Ježeka. Są to:

I nauka o *krążeniu krwi w ciele* ludzkiem i zwierzęcem,

II. mniemanie, że *odżywianie człowieka odbywa się przez bezpośrednie przechodzenie soków pożywnych, t. j. przetrawionych pożywnych cząstek potraw, w krew* i za pośrednictwem włoskowatych naczyń krwistych *do tkanek ciała.*

Na dwóch tych twierdzeniach, przyjętych za pewniki i coraz dalej nauczanych, polega prawie w zupełności dzisiejszy sposób leczenia. Uczyliśmy się w szkole, że *serce* nasze składa się z 2 komórek głównych i 2 przedsionków, i że przez ściąganie się na przemian komórek krew w naczyniach krwionośnych ciągle w jednym kierunku się porusza, a że przerwanie tego ruchu działa zabójczo. *Nauka ta jest fałszywą*; dowodzi tego doświadczenie następne:

Psu, który skazany był na zatrucie, chciał Ježek nagłem przerwaniem obiegu krwi zgotować lekką śmierć — ale o dziwo, pies ten *z podwiązanemi 6 głównemi arterjami żył* spokojnie dalej! To była wskazówka przyrody, że nauka o krążeniu krwi jest bezpodstawną. Skądże jednak pochodzi, że Harvey, twórca nauki o obiegu krwi, i wszyscy jego zwolennicy tak się pomylili?!

Zbadajmyż, jakie to objawy przemawiać mają za obiegiem krwi:

1. Harvey obwiązał silnie ramię, ponad łokciem, i zauważył, że weny (żyły) skórne ramienia dolnego silniej krwią były napełnione, aniżeli weny ramienia górnego. Stąd wniósł, że istnieje ruch krwi w sercu.

Dalej zauważył Harvey, że w tętnicy przyciśniętej palcem zanikło tętno (puls) poza miejscem wduszonem, podczas gdy przed niem wyczuć je było można. Z tego wniósł Harvey, że krew w żyłach tętniczych porusza się w kierunku od serca. Musiał sobie tedy stawić pytanie, gdzie się podziewa krew od serca ciągle płynąca i skąd się bierze krew w wenach ciągle do serca płynąca. Dał na to pytanie odpowiedź tę, że krew z arteryj przechodzi *niewidzialną drogą* do wen i w ten sposób bezustannie *krąży.* Teorję tę o krążeniu krwi w ciele swego czasu gwałtownie zaczepiano z powodu, że Harvey nie mógł dowieść przechodzenia krwi z arteryj do wen, ani też istnienia t. zw. naczyń włoskowatych.

2. Skoro się zastrzyknie do jakiej arterji rtęci czyli żywego srebra, natenczas wytwarzają się gazy merkurjuszowe, które przenikają w tkanki ciała i tam znowuż ściągają się do pierwotnego stanu stalszego. Otóż ślady tych promieni uważano *mylnie za włoskowate naczynia krwionośne.* Podobnież pewne roztwory soli ulatniają się w wenach, a gazy powstające przenikają w sąsiednie naczynia i narządy. Zwolennicy teorji o krążeniu krwi nie zważają na tworzenie się gazów jako też na promieniowanie tychże z naczyń krwionośnych, i sądzą, że injekcja każda (zastrzyknięcie) opuszcza arterję w stanie płynnym, kroplistym zapomocą cieniutkich naczyń.

3. Skoro trzymamy np. żabią błonkę pławną pod drobnowidzem, którego soczewki łączą promienie w jednem ognisku, natenczas pod wpływem tego ogniska tkanka zamienia się w gazy, zaczyna parować, i widzimy, jak drobne cząsteczki gazowe, zabarwione czerwono opary, (iony t. j. atomy przenikłe prądem elektrycznym), dążą ku miejscom o niższem napięciu. Zwolennicy Harveya nie baczą na działanie mikroskopu i zabarwiony czerwony prąd w tkance

uważają mylnie za niezbity dowód krążenia krwi.

4. Naczynia krwionośne napełnione są silnie elektrycznością, która w czasie injekcji (wstrzykiwania) dąży ku końcowi naczynia. Tak jak np. koniec gromochronu wysceła elektryczne iskry, podobnież silnie naładowane elektrycznością końce naczyń wysełają iskry elektryczne, a te przebijają naczynie u końca, przedostają się do otaczającej tkanki i w niej wytwarzają ślady, które mylnie uważano za dalszy ciąg naczyń krwionośnych. Pozostałe w tych sztucznie wytworzonych drogach opary (iony), gazy, łączą się z kamieniem piekielnych lub z innemi odczynnikami (reagentia), barwnikami, tworząc t. zw. komórki śródbłonkowe; komórki te właśnie przedstawiają znamiona t. zw. włoskowatych naczyń krwi — ale przecież komórki te wytwarzają się dopiero w powyżej spisany sposób *w ciele martwem*, nie istnieją zaś w żywem!

Widać jasno, że dowody krążenia krwi w ciele naszem bardzo są wątpliwe, niepewne.

A przypatrzmyż się pewnikom przemawiających przeciwko teorji obiegu krwi:

1. Przy upuszczeniu krwi aż do jednej trzeciej całego zapasu całe ciśnienie krwi w arterjach nie opada, a również nie podnosi się, gdy ujętą krew znowu się zwierzęciu zastrzyknie. Ten brak zmiany w ciśnieniu krwi dowodzi, że weny i arterje nie są ze sobą połączone.

2. Mięczaki posiadają, jak wiadoma, dobrze rozwinięte weny i arterje, ale zamknięte (ślepe).

3. Arterje przejrzystego języczka żabiego są na końcu zupełnie zamknięte; wydzielają zaś bokiem opary krwisto.

4. W razie słuszności teorji obiegu krwi konieczne byłoby istnienie serca z 2 przedsionkami i 2 komórkami, a znajdowano u dorosłych ludzi serca o jednej tylko komórce a z 2 lub 3 przedsionkami.

5. Teorja obiegu krwi wymaga koniecznie istnienia dwojakich naczyń w płucach: wen i arterji płucnych — otóż u pewnego człowieka, który dożył 21 lat brak było zupełnie arterji płucnej.

6. Wedle teorji obiegu krwi uderzanie krwi w sercu powoduje uderzanie tętna, zaczem musiałoby ujawniać się tyle uderzeń tętna ile uderzeń serca. W istocie częstokroć dwa tętna wen ujawniają się w czasie, gdy serce raz uderzyło; i liczba tętna w arterjach jest bardzo rozmaitą.

7. Wedle teorji Harveya musiałby przez różne odnogi wen przepływać wciąż ten sam prąd krwi. W istocie w rozmaitych odnogach wen znajduje się krew rozmaita, różniąca się tak pod względem zawartości gazów i wody, jak i co do ilości ciałek krwistych i innych składników.

8. W razie słuszności teorji obiegu krwi musiałaby zastrzyknięta do weny szyi istota podstawowa surowicy leczniczej natychmiast się rozejść po całem ciele. W istocie zaś żyła szyi służy w tym razie za retortę, za naczynie, w którem surowica ulega chemicznej przemianie, i z którego ją po dłuższym czasie znów wydobywamy.

9. Wedle Harveya prąd krwi z arteryj, których średnica jest o połowę mniejszą od średnicy wen, po zostawieniu w tkankach zabranych ze sobą soków pożywnych, przechodzi do żył (wen), udając się do serca. Ponieważ prąd krwi w wenach znajduje więcej miejsca, nie powinnyby się nigdy tworzyć żyły kurczowe!

10. Wedle teorji obiegu krwi krew ma zanosić do tkanek soki pożywne, w stanie kroplistym! W istocie żywą tkankę, do której powietrze nie dochodzi, wyczuwamy jako wcale nie wodnistą, lecz jako *suchą*; a napełnioną jest tkanka lotnemi oparami pożywnemi, których powstanie tak się tłomaczy:

W czasie trawienia rozgrywa się w żołądku i w jelitych proces elektrochemiczny. Wchłonięte potrawy i napoje ulegają przegotowaniu przez zwierzęcą elektryczność, to jest, zamieniają się na lotne gazy, opary (które np. przy odbijaniu się ujawniają). Opary te promieniują przez ścianę jelit i przechodzą bądź to do połączonych z powierzchnią jelit różnych dróg, jako nerwy, vena portae, chyli, bądź też do wątroby, do śledziony, do nerek — podczas gdy reszta oparów, pożywnych przechodzi z jamy brusznej do tkanek ciała, tak że wszelkie cząstki pożywne w kształcie lotnym dochodzą na miejsce swego przeznaczenia.

Bliższe szczegóły o tworzeniu się limfy, krwi itd. w dziele Dr. Jeżeka p. t.: „Reform der Physiologi des Menschen", nakł. Hobbing & Buechle, Stuttgart.

11. Porodzenie dobrze rozwiniętej główki dziecięcej jest wskazówką przyrody, że rozwój człowieka odbywa się niezależnie od rzekomego krążenia krwi.

12. Połączenia pomiędzy naczyniami macicznemi a naczyniami krwionośnemi płodu niema, jak dotąd przypuszczano. Krew płodu jest pierwotnie nie czerwoną, lecz żółtawo-białą, z czego znać, iż nie pochodzi z naczyń macicznych.

13. Ryby, jak wiadomo, posiadają krew czerwoną a śnieżno-białe mięso. Gdyby istniał obieg krwi, mięso rybie musiałoby koniecznie wykazywać zabarwienie na czerwono.

14. Stosownie do twierdzenia, że krew krążąca przenosi pożywienie, musiałyby naczynia odżywcze znajdować się także w kłach słonia. A przecież kły te nie posiadają ani naczyń krwionośnych ani limfatycznych.

15. Jeżeliby wszystka krew w przeciągu 23 sekund istotnie dokonywała obiegu w ciele naszem, tarcie ciałek krwistych musiałoby w kończynach wywoływać uczucie ciepła. A przecież tylu ludzi skarży się na zimne (lodowate!) nogi!

16. Jeżli się połączy arterję udową ze sąsiednią żyłą (weną) tak, iż krew z arterji bezpośrednio przepływać może do weny, natenczas skutkiem tego sztucznie wywołanego obiegu krwi następuje wkrótce śmierć! To też przy ujmowaniu nogi nie łączy się dwóch głównych arteryj w jeden przewód.

17. Na podstawie rzekomego krążenie krwi uczą, że z żołądka i jelit przechodzą płyny do krwi. Skoro zaś przesączonej cieczy żołądkowej zastrzykniemy do krwi, działa ona jako jad! Dowodzi to jasno bezpodstawności teorji o wchłanianiu przez krew soków pożywnych z żołądka.

18. *Obieg krwi istnieć nie może, gdyż w razie jego istnienia nie mógłby człowiek żaden ani zwierzę żyć po podwiązaniu mu głównych tętnic.* A życie w takich warunkach jest możliwe. Jeżek dowiódł tego kilkakrotnem doświadczeniem na zwierzętach z podwiązanemi w kilku miejscach głównemi tętnicami: zwierzęta żyły swobodnie całemi tygodniami, odżywiając się jak zwykle. Po zabiciu takiego zwierzęcia okazało się, że wbrew zdaniu lekarzy krew nie wytworzyła sobie *żadnych dróg pobocznych*!

19. Nie może istnieć obieg krwi, bo końce delikatnych *tętnic (arteryj)* są zupełnie *zamknięte*, jak to wykrył i udowodnił Jeżek, nie może więc być mowy o łączeniu się kończyn arteryj z wenami!

20. Jasnem jest, że gdyby istniał obieg krwi, zatrucie krwi musiałoby bezwarunkowo zawsze śmierć spowodować, gdyż odpowiednio do twierdzenia, że całko krwi w przeciągu 23 sekund obiega całe ciało, nie mogłoby być mowy o ocaleniu ciała jakimkolwiek środkiem przez lekarza podjętym.

Widzimy tedy, że przemawiające pozornie za teorją obiegu krwi doświadczenia są to objawy mylnie dotąd wytłomaczone, a wobec tych kilku pozornych świadectw stoi szereg faktów jasnych, szereg zrozumiałych zupełnie życiowych pojawów, skoro odwróciwszy się od teorji Harveya, a zadziwiających lub niejednokrotnie wprost niemożliwych, jeżliby teorja ta istotną była!

Każdy przyjaciel ludzi i zwierząt — tak kończy swą odezwę do publiczności stowarzyszenie im. Jeżeka — powinno się interesować naszemi reformatorskiemi usiłowaniami! Toż na podstawie biologji (żywotoznawstwa) Jeżeka łatwo rozwiązać wszelkie zagadnienia fizjologiczne, psychologiczne, patologiczne; m. i. wiwisekcja też zniknęłaby raz na zawsze ze świata, skoroby świat naukowy szeregiem ostatnim doświadczeń na zwierzętach sprawdził słuszność nowej teorji Jeżeka i zyskał podstawę lecznictwa pewną po wsze czasy.

W takich słowach mniej więcej powołuje Tow. im. Jeżeka do współpracownictwa wszystkich ludzi dobrej woli. Sprawa jest ważna, miejmy więc nadzieję, że głos ten nie przebrzmi bez skutku!

Przyczyny chorób nerwowych.

wedle prof. Krafft-Ebinga.

II.

Wychowanie.

Pomimo odziedziczonych własności, pomimo wrodzonej organizacji mózgu, los

osobnika zależy w znacznej części od udzielonego mu wychowania,

Dzisiejszy system wychowania dzieci, szczególnie w t. z. wyższych warstwach społecznych, nie może zadowolnić ani lekarza, ani filantropa.

Wychowanie nasze jest jednostronne: zwracamy uwagę głównie na rozwój umysłu, ze szkodą dla zdrowia i ciała, dla uczuć i charakteru. Oto dlaczego do dziś dnia, niestety, spotykamy tak wielu sobków (egoistów) i materjalistów, ludzi ze słabym charakterem, a nawet bez charakteru.

Mężczyzna nowoczesnego społeczeństwa coraz bardziej traci zmysł piękna i poczucie ideału w sztuce i nauce.

Bardzo mało ludzi zajmuje się obecnie dziełami klasycznych narodu poetów; teatra zaś, które przedstawiają podobne dzieła uszlachetniające umysł i serce, stają się coraz rzadszemi. Przybytek muz przemienił się w miejsce zabawy, w którem farsy i operetki święcą swój tryumf, a pieprzne i tłuste francuzkie dwuznaczniki konwersacyjne i sensacyjne zbierają ogólne hołdy. W teatrze chcemy się bawić, połechtać swoje zmysły, podrażnić swoje nerwy, ale bynajmniej nie wykształcić się, uszlachetnić i doznać wzniosłych wrażeń.

Odpowiedzialność za to pada poczęści na *nowoczesne szkoły*, które zamiast rozwijać zmysł moralny i estetyczny, karmią nasze dzieci samą-li gramatyką, zaniedbując ducha klasycznych autorów, i przez swój suchy, zawodowo-filologiczny wykład budzą w młodzieży wstręt do studjów nad klasyczną starożytnością. Taka metoda nauczania natęża jedynie rozum i pamięć, a nie daje żadnego pokarmu sercu, wskutek czego obrzydza uczniowi naukę, każąc mu jaknajusilniej się starać, aby po szczęśliwem ukończeniu gimnazjum jaknajprędzej mógł zapomnieć wszystko, czego się nauczył.

Dawniej było inaczej. Przodkowie nasi jeszcze w wieku dojrzałym czytywali swego Horacego, Homera i Wirgila, — dzisiejsze pokolenie stara się czemprędzej uwolnić od tej plagi naszych gimnazjów; a co dziwniejsza, tak mało potrafiono je nauczyć, że w kilka lat po wyjściu ze szkoły nie jest już w stanie rozumieć klasycznych autorów. Ledwie ukończywszy gimnazjum, bierzemy się do studjów zawodowych dla chleba. Lecz i z tych zajęć usiłujemy wywiązać się jaknajprędzej, przystępując do nich z niechęcią, a nieraz nawet z odrazą.

Nawet w chwilach wolnych od pracy dzisiejszy człowiek zawodowiec nie szuka żadnej idealnej rozrywki, żadnych szlachetnych wiadomości; bogate źródło prawdziwych rozkoszy ducha nie przedstawia dlań żadnej wartości. Uwolniwszy się od pracy codziennej, przystępuje do mdłych i niedorzecznych rozrywek. Urzędnicy udają się do klubu lub karczmy (niesłusznie przezwanej restauracją!), na piwo lub bilard, nie dbając o dobro rodziny, nie myśląc o sprawie ogólnego szczęścia; rzemieślnicy spędzają wolne godziny w knajpie lub w szynku. Nic w tem zmienić nie mogą prawne zarządzenia święcenia niedzieli (Sonntagsruhe), Należałoby poprzednio szerokie warstwy społeczeństwa wychować do zdolności używania *prawdziwych rozkoszy* a mianowicie przez wzbudzenie zmysłu i podanie sposobności do porozumienia i rozkoszowania się w przyrodzie, w sztuce i nauce. Należy się pełne uznanie odnośnym staraniom się i zabiegiom powstałych w nowszym czasie uniwersytewów ludowych, i towarzystw dla oświaty ludowej, które oddziaływając na lud uszlachetniająco przez popularne koncerta, wykłady, czytelnie itp.

Wskutek wadliwego lub brakującego wykształcenia charakteru i uczuć rozwijają się coraz bardziej w klasie roboczej zmysłowość, rozpusta, zdziczenie obyczajów i ideje anarchistyczne, podczas gdy warstwy wykształcone, osobliwie urzędnicy, przedstawiają gromadę marnych filistrów, zajętych jedynie pogonią za zyskiem i pobulankami (Brotfach und Kneipe). Idealizm z każdym dniem ustępuje miejsca materjalizmowi; a ten, nie mogąc dać istotnego zadowolenia, wytwarza pesymizm, na który chórują całe warstwy społeczne i który bardzo łatwo przyjmuje się na gruncie nerwowości i zniechęcenia (apatji), towarzyszących rozpuście i charłactwu dzisiejszego pokolenia.

Współczesne wychowanie cierpi jeszcze głównie ztąd, że bardzo często zacięta walka o byt i usiłowanie wzbogacenia się nie pozwalają rodzicom zająć się poważnie wychowaniem swych dzieci. Brak

ten daje się zauważyć zarówno u biednych ludzi, zmuszonych rękoma zarabiać na chleb codzienny, jako też i u bogatych; ci ostatni, zamknięci w kole swych zawodowych obowiązków i zaprzątnięci pogonią za bogactwem, mają jedynie na względzie dobrobyt materjalny dzieci, pomijając zupełnie ich wychowanie moralne. Jakżeż nieszczęśliwe muszą być później dzieci takich polujących na złoto i zaszczyty rodziców! Ojca całkowicie pochłaniają kłopoty, interesa i przedsiębiorstwa, matka musi dbać o świetność i zewnętrzny blask o reprezentacją domu.

Wychowanie powierza się obcym. Dzieci posiadają bogatych rodziców. Kieszeń ich zazwyczaj jest pełna. Wcześnie poznają rozkosze życia, oswajają się z pochlebstwem i pieszczotami; to też wcześnie są stępiałe i przesycone. Poważna praca, gospodarność, oszczędność — są im nieznane; zdobyte ojcowskim potem bogactwo łatwo roztrwonią. Udziałem ich jest charłactwo nerwowe, częstokroć ława oskarżonych, gdzie spotykają się z dziećmi proletarjatu, które nie otrzymały żadnego wychowania i wcześnie się zaznajomiły z występkiem i rozpustą. Dosyć zajrzeć do akt sądowych, aby się przekonać, ile klęsk i przestępstw zawdzięczamy brakom i błędom dzisiejszego wychowania! Rzadko kiedy rodzice pojmują trudność i znaczenie wychowania. Nieświadomie popełniają najgrubsze błędy, rozpieszczają swoje dzieci, potęgują ich wady i kaprysy, nie umieją wykorzenić ich namiętności i słabostek, i tym sposobem tworzą nieszczęśliwych ludzi, *wychowanie których zakończa szorstka ręka życia.* Lecz wielu nie wytrzymuje trudnej walki życiowej i przepada w niej. Wśród masy nerwowych lekarz psychologicznie wykształcony z łatwością pozna ludzi z wadliwem lub niedostatecznem wychowaniem, albowiem uniemożliwia ono wszelkie leczenie. Do najcięższych chorób nerwowych należą hipochondrja i histerja. W nieskończonej ilości wypadków sprowadza je właśnie i podtrzymuje błędne wychowanie; bojaźliwa troskliwość, zbyt pedantyczna i przesadne pielęgnowanie ciała — osłabiają i zniewieściają często już z natury delikatne dzieci, a zwracanie uwagi na najdrobniejsze dolegliwości fizyczne usposabia je do hipochondrji. Tym sposobem wychowanie samo wytwarza chorobę, zaniedbując istotne obowiązki względem zdrowia, tak przy fizycznym, jak i umysłowym rozwoju.

Głównem zadaniem wychowania powinnoby być rozwinięcie w dziecku owego swobodnego zmysłu, który jest tak potrzebny człowiekowi do znoszenia trosk i trudów życiowych. Taka swoboda ducha powstaje najpewniej z wyższego, filozoficznego pojęcia człowieka o stanowisku swojem we wszechświecie, pojęcia, które ponad znikomością ludzkiego bytu kieruje wzrok nasz ku wieczności i pięknu, a które pośród burz zbawczą kotwicę znajduje w etyce i religii. Praktycznemi wynikami tego rodzaju życiowej filozofii są rozsądne, celowe dążenia i poważna praca, które oddalają od nas hipochondryczne obawy i kaprysy, zgoryczające życie i zmieniające je w powolne konanie.

Hygiena, owa nauka o zachowaniu zdrowia, w obecnem wychowaniu niestety tak mało uwzględniona mogłaby obronić człowieka przed ową lekkomyślnością, z jaką postępuje na przekór prawom przyrody sprzysięga się przeciw własnemu zdrowiu i pozwala się rozgościć prawdziwej chorobie.

Inną ciemną stronę obecnego wychowania stanowi nerwowy pośpiech, charakteryzujący dzisiejsze społeczeństwo; gorączkowo wykrzykiwane hasło: „*naprzód*!“ porywa za sobą młodzież wcześniej, niż to było w zwyczaju u poprzednich pokoleń, zmusza ją do natężonej umysłowej pracy i każe przyjąć udział w życiu i dążeniach ludzi dojrzałych. Ale jeżeli rozwinięty mózg dojrzałego człowieka potrafi czasem z cudowną siłą przeciwdziałać zmęczeniu, to nie może to jednak mieć miejsca żadną miarą u młodych, rozwijających się osób.

Brak ten spotykamy zarówno we wszystkich warstwach społeczeństwa: w niższych zbyt wcześnie posyła się dzieci na zarobek, do fabryk, — w wyższych oddaje się je w zbyt młodym wieku do szkół dla umysłowych zajęć.

I czego to się nie uczą nasze dzieci! Nie umieją jeszcze paplać porządnie swoim własnym językiem, a guwernantki i bony wykładają już im języki obce. Palce ich nie rozwinęły się jeszcze dostatecznie, a już je męczyć poczynają pierwszymi prawidłami muzyki.

Jakże proste i zwyczajne były dawniej zabawki dziecinne, jakież zawiłe i złożone wytwory mechaniki są teraz! Nie dziw, że dzieci wcześnie dojrzewają, przesycają się, że tracą swoje dzieciństwo. Na domiar złego, dzieci, szczególnie w wielkich miastach, zawcześnie wciągane bywają w wir zepsutego życia starszych.

Ztąd przedwczesna zmysłowość i zbyt prędki i sztuczny rozwój fizycznych i i umysłowych funkcyj. Tak np. wiadomo, że dziewczęta w miastach o rok lub dwa lata rozwijają się wcześniej od wiejskich, a nie trzeba wiele doświadczenia życiowego, ażeby wiedzieć, że tajemnice płciowych stosunków znane są dziś 10—12 letnim dzieciom; dawniej młodzież w daleko późniejszym wieku zaledwie przeczuwała je zlekka.

Zresztą, nie ma wtem nic dziwnego; samo życie uliczne najbezwstydniej odsłania przed naszemi dziećmi te misterje. Jak szkodliwie to wpływa na zdrowie i obyczaje naszej młodzieży, o tem pomówimy niżej.

Dla unaocznienia współczesnej kultury i wychowania dość wskazać na fakt że po wszystkich teatrach i miejscach zabawy spotykamy dziś masę zaspanych i znudzonych dzieci, które przywlekli tu nierozsądni i żądni uciech rodzice, odrywając je od tyle potrzebnego im snu.

Niektórzy rodzice bardzo wątpliwem darzą szczęściem dzieci, prowadząc je na dziecinne bale i wieczorki i abonując dla nich pisma.

Możnaż się potem dziwić, że dzieci wielkich miast coraz rzadziej są prawdziwemi dziećmi, że stępiałe są i rozstrojone wtedy, kiedy następuje właściwa pora zaznajomienia się z pracą i przyjemnościami życia? Kto jeszcze wątpi, że dzisiejsze pokolenie żyje i używa zbyt szybko — ten niechaj spojrzy na życie dzisiejszych gimnazyastów, dla których tak wielkie znaczenie mają zebrania, wizytowe karty, glansowane rękawiczki, binokle, knajpy, miłostki i miłosne awantury.

Z gwałtownem dążeniem naprzód łączy się niemniej godna pożałowania chęć *wybicia się w górę*. Młodzieniec wybiera sobie karjerę, która nietylko nie odpowiada materjalnym środkom rodziny, ale częstokroć przewyższa jego własne siły umysłowe.

Nigdy jeszcze napływ do wyższych szkół męzkich i żeńskich nie był tak wielki, jak obecnie. To też nigdy taka masa nieodpowiednich, średnich socjalnie nierozwiniętych elementów nie napełniała szkół, zatrzymując tym sposobem naukowe zakłady w dążeniu do zakreślonych celów. Jasnem jest, że przy takim stanie rzeczy mnóstwo osób wykoleja się na nierozsądnie wybranej przez siebie drodze.

Taki los spotyka zazwyczaj słabo uzdolnione osobniki z wyższych klas. Nie biorąc na uwagę słabego rozwinięcia dziecka, pędzi się za ogólnym nieszczęśliwym prądem naszych czasów, prądem, co każe wybić się naprzód; natęża się wszystkie siły, ażeby dziecko wynieść do góry, bo inaczej podług pojęcia rodziców, ucierpiałyby: honor i stanowisko rodziny.

Umysłowo mniej uzdolniony syn arystokraty lub szlachcica mógłby zostać wybornym rzemieślnikiem. Ale nie! mimo wyraźnej niechęci do nauk, mimo bardzo słabych zdolności umysłowych sadzają go nad książką, najmują korepetytorów i nauczycieli; protekcja załata brak wiedzy, protekcja wynagrodzi brak pilności! Ale takie utrzymanie honoru familji mści się gorzko. W najlepszym razie biedny chłopiec zostaje złym urzędnikiem, przynoszącym ojczyźnie szkodę. Ale w niezliczonej ilości wypadków niszczy się fizyczne i umysłowe zdrowie dzieci, które wychodzą na nerwowych i wynędzniałych ludzi.

Na poważną uwagę zasługują także błędy współczesnego wychowania **kobiety**, od fizycznego i moralnego rozwoju której w pierwszym rzędzie zależy szczęście rodziny, potomstwa, a zatem i całego społeczeństwa.

Powołaniem kobiety jest małżeństwo, w którem winna ona wypełniać obowiązki matki, gospodyni, towarzyszki męża i wychowawczyni dzieci.

Dzisiejsze wychowanie kobiet zapomina całkowicie o tym celu. Przyszłemu powołaniu dziewczęcia, jako matki, szkodzi ono przez długie siedzenie w szkole i zbyteczne przeciążanie lekcjami; takie wychowanie przyśpiesza rozwój płciowy i dążąc do rozwinięcia ducha, nie oszczędza ciała w najważniejszych perjodach rozwoju. Jako rezultat zjawia się tak rozpowszechniona w naszych czasach blednica, która otwiera wstęp tylu chorobom jak np. cierpieniom płucnym i nerwowym.

Obyczajowo-rodzinna wartość kobiety, jako gospodyni domu i towarzyszki męża na jego ciernistej i trudnej drodze życia, niknie przy takiem wychowaniu, które dąży tylko do tego, aby przez zewnętrzny i wewnętrzny strój z dziewczęcia zrobić pożądaną partję dla mężczyzny: celem wychowania staje się małżeństwo, jako środek zapewniający byt kobiety. Taki system wychowawszy zaniedbuje rozwój uczuć i serca, zmysł gospodarzenia, prostoty i zadowolenia, pragnienie dobra i piękna. Służy on tylko zewnętrznemu połyskowi, ceni jedynie powierzchowną encyklopedyczną wiedzę i te właściwości, które czynią młodą damę ulubienicą towarzystwa. O właściwych kobiecie cnotach i zaletach nawet mowy niema.

Plan nauk w wyższych zakładach kobiecych, do których uczęszczają częstokroć i dziewczęta z niższych warstw społecznych, podobnie jak do gimnazjów chłopcy wszystkich stanów — zbyt jest wygórowany i błędny.

Współczesne dziewczęta z wyższych klas towarzyskich raczej wszystkiem innem są, niż gospodyniami. Romanse czytają wcześniej, niż książki gospodarskie; w kuchni i spiżarni o wiele rzadziej bywają, niż w teatrach, salach koncertowych i na balach; w wieku, w którym ledwie dojrzały na dziewice, bez koniecznych wiadomości i doświadczenia, wychodzą za mąż, pełne pretensyj, których życie nie zadawalnia i nie urzeczywistnia.

Statystycy zapewniają, że 75% małżeństw jest nieszczęśliwych. Jeżeli liczba ta jest nawet cokolwiek przesadzoną, to jednak najmniejszej nie ulega wątpliwości, że dzisiejsza kobieta, nieposiadająca równowagi w uczuciach, słabo rozwinięta w uczuciach, wychowana dla zbytku i rozkoszy, postawiona ponad swoją społeczną (socjalną) sferą, po pierwszym połogu bezprzestannie chorująca i więdnąca, że taka kobieta żadną miarą nie może być prawdziwą towarzyszką życia mężczyzny!

Rozczarowanie następuje tak z jednej, jak i z drugiej strony.

Żona nie jest zadowolnioną ze swojego otoczenia, czuje się cierpiącą, nerwową, niezdolną czynić zadość obowiązkom matki i gospodyni domu.

Gdzie miłość i wesołość powinny panować, tam zstępują gorycz i niesnaski.

Mąż również rozczarowany, rozdrażniony, niezadowolniony, unika swojej żony. To jeszcze smutniej oddziaływa na nią — i oto mąż musi wydawać pieniądze na drogie podróże żony do wód!

Nie lepszym jest los dziewczyny w razie, kiedy nie wyjdzie za mąż. Jeśli nie jest piękną i bogatą, a pochodzi z wyższych warstw, los taki czeka ją niechybnie. I tutaj winnem jest współczesne wychowanie kobiet. Mężczyzna z wyższego stanu z trudnością i to bardzo późno odważa się na ożenienie: mieszczańska prostota tak zwanych dobrych starych czasów ustąpiła miejsca nienaturalnemu zawikłaniu potrzeb, i dowcipna odpowiedź pewnego kawalera, którego namawiano, aby się ożenił, nie jest bez podstawy: „Mógłbym tylko karmić moją żonę — powiedział on — ale nie byłbym w stanie jej ubierać".

Kobieta, która nie wyszła za mąż, nie spełniła swojego przeznaczenia. Zostaje starą panną, co prowadzi za sobą świadomie lub nieświadomie rozstrój i cały szereg chorób nerwowych.

Po wszystkiem, cośmy powiedzieli, jasnem jest dlaczego tak mało przy obecnem wychowaniu mamy żon i matek, zdolnych wypełniać najważniejsze swoje obowiązki względem dzieci. To też dzieci są raczej ciężarem niż radością, dla naszych strojnych salonowych dam, które uciech i przyjemności szukają nie w kole rodzinnem, nie pod dachem swojego domu, ale w wesołem i próżniaczem towarzyskiem życiu.

Prócz wspomnianego błędu, polegającego na dążeniu do zewnętrznego blasku w wychowaniu kobiet tkwi jeszcze i inny, niemniej ważny; wykłada się dziewczętom nauki, języki i sztuki, a zapomina się o tem, co im, jako przyszłym matkom będzie najpotrzebniejsze, mianowicie o elementarnych zasadach hygjeny i umiejętności obchodzenia się z chorymi.

Brak ten rzuca się w oczy domowemu lekarzowi podczas odwiedzin w dziecinnym pokoju. Ach, ileż-to dziecięcych istnień stało się ofiarą nieświadomości matek! Wątpliwem jest, czy zdoła później kobieta braki wychowania wynagrodzić czytaniem popularnych dzieł.

Czcionkami drukarni Dziennika Berlińskiego L. Wróbel, Berlin O., Grüner Weg 107.